

【題字】飯尾 彩乃さん（椿中2年）書

市役所への  
お問い合わせは **コールセンターが便利**

☎946-4894 FAX 947-4894

4894call@city.matsuyama.ehime.jp  
8～21時（年中無休）

広報まつやまの配布に関するお問い合わせは

広報配布  
センター ☎998-4433 FAX 921-6920  
9～17時（土・日曜・祝日・年末年始は除く）



### お肉の生食は避けましょう

鶏の肉やレバーの刺身、加熱が不十分なお肉を食べると食中毒を引き起こす危険性があります。新鮮な肉類は生で食べられるという認識は誤りですので、十分に加熱して食べるように気をつけましょう。豚の肉や内臓、牛のレバーは生食が禁止されています。☎生活衛生課 ☎911-1808・FAX 923-6627

## 満1歳デス

ヨロシク No.972



おうき  
吉岡 皇稀くん  
(谷町)  
5月16日生まれ



こうすけ  
大野 豪介くん  
(余戸南二丁目)  
5月19日生まれ



かいせい  
矢間 海成くん  
(土居田町)  
5月21日生まれ



ひろはる  
宇根 大陽くん  
(道後湯之町)  
5月21日生まれ



かえで  
野村 楓くん  
(市坪南一丁目)  
5月28日生まれ



あつと  
濱田 惇仁くん  
(来住町)  
5月29日生まれ



こころ  
田中 心彩ちゃん  
(北斎院町)  
5月29日生まれ



かなみ  
松岡 叶望ちゃん  
(久保田町)  
5月30日生まれ

申し込み 誕生日の前月1日（必着）までに、郵送・eメールで赤ちゃんの写真、氏名（ふりがな）、性別、生年月日、住所、電話番号（郵送の場合は写真の裏に記入）を、〒790-8571 シティプロモーション推進課[kouhou-baby@city.matsuyama.ehime.jp]へ（応募多数の場合は抽選。応募写真は返却しません。なお、この紙面は市ホームページに掲載します）

この広報紙は再生紙を使用しています

# 家庭内でも対策を！

## 新型コロナウイルス感染拡大を防ぎ 一日も早く収束するために

### マスクの着用！

- ①マスクの表面には触れない。外すときは、ゴムやひもをつまんで外す
- ②マスクを外した後は、必ずせっけんで手を洗う
- ③使用したマスクは、他の部屋に持ち出さない

### 小まめな手洗い！

洗っていない手で、目や鼻、口などを触らない

### ゴミの密閉！

鼻をかんだティッシュや使用後のマスクは、すぐにビニール袋に入れ、袋は二重にして、しっかりしばる

### 定期的な換気！

- ①2方向の窓を1回、数分程度全開に
- ②換気回数は毎時2回以上
- ③窓が1つしかない場合は、入り口のドアを開けて空気の流れを作る

### 手で触れる共用部分の消毒！

- ①共用部分（ドアの取っ手、ノブなど）は水で薄めた市販の家庭用消毒系漂白剤で拭いた後、水拭きする
- ②トイレや洗面所は、家庭用洗剤ですすぎ、家庭用消毒剤で小まめに消毒

### 松山市からのお願い

- ①感染が拡大している地域への出張や旅行は、やむを得ない場合を除いて、できる限り自粛してください。
- ②感染が拡大している地域を訪れるときには、不特定多数の人との接触を控え、松山市に戻った後は感染予防を徹底し、体調が悪いときは外出を控えてください。
- ③感染が拡大している地域に居住し、現時点で松山市に戻っている人も、「もしかしたら感染しているかもしれない」と思い、2週間は不特定多数の人との接触を控える、近い距離で人と話すのを避けるなど、感染拡大を防ごうという意識を強く持ってください。引き続き、市民の皆さんには、「自分が感染しないための行動」や「万が一感染していた場合に、ほかの人に感染を広げない行動」をお願いします。

☎保健予防課 ☎911-1856・FAX 923-6062

次のページ（9～11ページ）に新型コロナウイルス関連情報を掲載しています。

## 救急医療機関などのご案内（6月）

救急医療機関は緊急事態に備えたものです。救急医療の正しい利用にご協力ください。

### 夜間・休日の内科・小児科（一次救急医療機関）

それぞれ診療時間終了の30分前までの受付にご協力ください。

- 市急患医療センター（菅町六丁目）☎922-1199  
内科：月～土曜日 21時～深夜24時（1/1は休診）  
小児科：毎日 21時～翌8時  
\*受付 20時30分～
- 市医師会休日診療所（藤原二丁目）☎915-3111  
日曜日・祝日・1/1～3  
内科：9～12時・13～18時・19～21時  
小児科：15～18時・19～21時

### 眼科（休日在宅当番医） 市委託医療機関

☎915-3111  
(市医師会休日診療所)へ  
お問合せください。  
日曜日 9～17時  
祝日・1/1～3 9～18時

### 歯科

●県口腔保健センター  
(柳井町二丁目)  
☎932-5047  
日曜日・祝日・  
12/30～1/3  
9～12時

### 子ども医療電話相談（#8000）

利用時間：平日：19時～翌8時  
土曜：13時～翌8時  
日・祝：8時～翌8時  
●プッシュ回線・携帯電話 ☎#8000  
●ダイヤル回線 ☎913-2777

看護師や医師  
などが家庭で  
の応急対処の  
方法について、  
アドバイスして  
くれます。

### ケガへの対応、重症患者に対する入院治療など（二次救急医療機関）

●診療時間 8時30分～翌8時30分 県立中央病院は、救急当番病院で対応が困難な重症患者を受け入れるなど、後方支援を行います。

日	月	火	水	木	金	土
	1 南松山城東	2 梶浦協生浦屋	3 市民	4 済生会	5 笠置愛媛医療セ	6 平成野本
7 赤十字	8 奥島渡辺	9 南松山城東	10 梶浦協生浦屋	11 市民	12 済生会	13 笠置愛媛医療セ
14 平成野本	15 赤十字	16 奥島渡辺	17 南松山城東	18 梶浦協生浦屋	19 市民	20 済生会
21 笠置愛媛医療セ	22 平成野本	23 赤十字	24 奥島渡辺	25 南松山城東	26 梶浦協生浦屋	27 市民
28 済生会	29 笠置愛媛医療セ	30 平成野本				

### 救急病院案内

- 案内ダイヤル（24時間体制）☎925-6633
- 松山市ホームページからも確認できます。



携帯電話用

スマートフォン用

### 編集後記

家にいる時間が増え、皆さんも運動不足を感じていませんか。家にいると、つい寝転がってお菓子などを食べる日々を過ごしてしまいがち。私も、健康のために行っていたジムに、しばらく行けていないので、体がなまってきています。

梅雨の時期も近づきはじめ、なかなか思うように外に出られない日が続きます。今回、紙面（9面）で、自宅でできる簡単ストレッチを紹介しています。運動不足の改善につながるため、普段の生活に取り入れてみませんか。私もテレビの合間などでやってみようと思います。